



倶楽部通信

東急ハーヴェストクラブ軽井沢

東急ハーヴェストクラブ VIALA annex軽井沢

東急ハーヴェストクラブ VIALA軽井沢Retreat creek/garden

2023年11月10日
発行号

ご予約・お問合せ

TOKYU Harvest Club
軽井沢

ハーヴェストクラブ
0267-45-0109

TOKYU Harvest Club
軽井沢

VIALA annex軽井沢
0267-31-6109

TOKYU Harvest Club
軽井沢Retreat creek

VIALA軽井沢Retreat creek
0267-31-5389

TOKYU Harvest Club
軽井沢Retreat garden

VIALA軽井沢Retreat garden
0267-31-5381

〒389-0111 長野県北佐久郡軽井沢町長倉291-1
<https://www.harvestclub.com/>

腸から体と心を変える3日間!

腸の専門家がフルサポートする2泊3日

“食べて・学べて・動く” 腸活ステイプラン

ご自身の腸活ガイドプレゼント

腸活エステ60分付き

腸活レシピブックプレゼント

1/20(土)~1/22(月) 3日間

初開催の為
参加費がとってもお得

● 講師：ライフスタイル提案型サロンsimpure

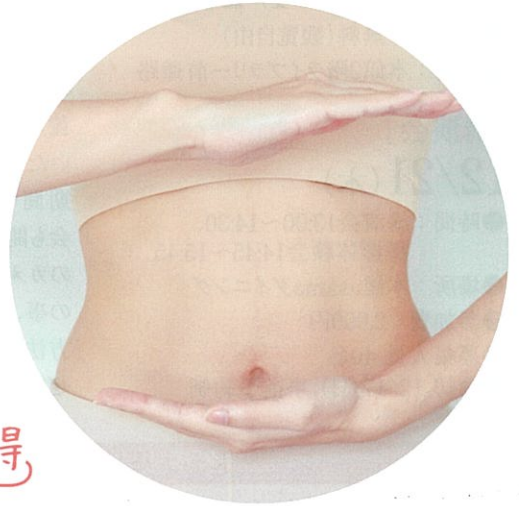
● 参加費：59,800円 ※VIALA客室/Retreat客室にお泊りのお客様は46,600円+お部屋代(大人)
(宿泊料・朝食2回・昼食1回・エステ60分・材料費・講習費込/夕食代別)

● 募集人員：16名 ※最少催行2名

● 締切：2024年1/13(土)

何だか元気がでない、腸が不調、デトックスしたい等…
体調の悩みは尽きません。

今回は、軽井沢の豊かな自然の中で、
健康な心身とゆっくり向き合う腸活リトリートをご用意いたしました。
パーソナル腸カウンセリングを受け、あなただけの腸活ガイドがついてきます。
さらに、今回だけの特別エステ、腸に効くデトックスSPA60分付き!
ぜひこの機会にご参加ください。



こんな方におすすめ!

- ◇ 腸活菌活を楽しく学び体感したい!
- ◇ 一人では頑張れない
- ◇ 日常から解放され体を整えたい!
- ◇ ステイ中に変化を感じたい!
- ◇ 自身の腸タイプを知り、対策を知りたい!
- ◇ 最近ポッコリラインが気になる
- ◇ 便秘・下痢気味

[スケジュール]

1日目	腸活食事メニュー 朝昼晩
	各自チェックイン
16:00	①個人カウンセリング(腸診断20分) ②腸活エクササイズ
21:00	お休み前の腸活ストレッチ
2日目	腸活食事メニュー 朝昼晩
7:00~7:30	早朝エクササイズ → 各自朝食(本館/ビュッフェor和会席)
10:00~10:45	初めてさんの腸活講座
11:00	腸活ランチクッキング(腸活スコーン作り等) & ランチ (軽井沢Retreatプライベートダイニングにて)
14:30	①腸活デトックス エステ(NADESHICO SPA/60分コース) ②腸のお悩み相談会
21:00	お休み前の腸活ストレッチ
3日目	腸活食事メニュー 朝昼晩
7:00~7:30	早朝エクササイズ 各自朝食(本館/ビュッフェor和会席)
10:00	腸活食材お買い物ツアー出発(地元食材店巡り)
12:00	ホテル帰着
13:00	レイトチェックアウト後、解散

Schedule

